



Consejos de seguridad para niños(as) que sufren de ataques

Estos consejos pueden ayudarle a usted y a su hijo(a) para mantenerse seguros y a la vez conocer posibles situaciones en todas las etapas de su desarrollo. Utilice esta guía para que se sientan seguros usted y su familia tanto dentro como fuera de la casa. Cada Hogar es diferente y ninguna lista les proveerá o se adaptará completamente. Usted mejor que nadie sabe lo que es mejor para su hijo(a). Adapte estos consejos a las necesidades de su hijo(a) y su familia. Las cosas que funcionan ahora, podrían cambiar conforme sus hijos(as) crecen y se desarrolla.

Consejos de cómo utilizar esta información:

- Déle una copia a la persona que cuida a su hijo(a) y marque aquellos puntos que les ayudarán.
- Hable con el equipo de salud de su hijo(a), incluyendo, su médico, enfermera de la escuela, el director, el maestro(a), el personal de la escuela y otros proveedores de servicios.
- Involucre a su hijo(a). Háblele sobre las cosas que usted piensa hacer. Pídale a su hijo(a) que le ayude, Haga preguntas a su hijo(a) sobre “y que pasa si...” para que aprenda a cómo resolver problemas.
- Sirva de modelo para su hijo(a). Los hijos(as) harán lo que ustedes hagan. Si usted usa su casco, ellos lo harán también.
- Cada niño(a) que sufre de ataques es diferente. Por favor, hable con su médico.

Seguridad en cuanto a caídas

- Enseñe a su hijo(a) a saber identificar el aura, para que se siente o se acueste y prevenga las caídas.
- Evite actividades en donde su hijo(a) estará en lo alto (como escalar rocas o con sogas)
- Ayúdele a su hijo(a) a escoger y a participar en actividades, Platique con su proveedor de atención a la salud acerca del tipo de actividades que puede hacer su hijo(a).
- ¿Sufre su hijo(a) de ataques que lo hacen caerse? Si así fuera, entonces usan un casco con protección en la cara podría ayudarle a protegerse de heridas en la cara y la cabeza

En el hogar

- Acondicione su casa basándose en las necesidades de su hijo(a). Piense en la edad de su hijo(a), su desarrollo y sus ataques. Algunos de los cambios que puede hacer son poner jaladeras, rampas, alfombras acolchadas y también barandales en la cama y en las puertas.
- ¿Tiene pasillos que le ofrecen libre acceso a través de toda la casa? ¿Están libres de tapetes, alfombras desgastadas, mesas bajas y cordones eléctricos? (Los cordones eléctricos pueden pegarse al piso.)

En el hogar , continuación...

- ¿Están las esquinas de los muebles cubiertas? Cuando compre muebles, escoja muebles que tengan las esquinas redondeadas.
- Evite que su hijo(a) duerma en la litera de arriba

Seguridad en cuanto a quemaduras

- Enseñe a su hijo(a) a mantenerse a una distancia adecuada de fuentes de calor como chimeneas, fogatas, etc. Enséñele a reconocer el aura y a moverse lejos de las fuentes de calor cuando se necesite.
- Si tiene chimenea, ¿tiene rejilla protectora alrededor? Coloque la rejilla protectora en las chimeneas cuando esté prendido el fuego.
- ¿Está la temperatura del agua caliente a 120 ° o menos para evitar quemarse?

Asfixia

- Ponga a su hijo(a) de lado durante un ataque para mantener su ventilación abierta.
- No ponga nada en la boca de su hijo(a) durante un ataque.
- ¿Están los miembros de la familia y las personas a su cuidado entrenados en el ABC de primeros auxilios y en la Maniobra de Heimlich (también se le llama la técnica de rescate)?
- Existen monitores disponibles para que los ponga en el cuarto de su hijo(a) de manera que le pueda oír o ver

Seguridad en el agua

- Su hijo(a) debe de estar vigilado por usted o por un adulto en todo tipo de actividades en el agua, aún si hay un salvavidas de guardia. Un traje de baño de colores brillantes hará que su hijo(a) sea fácil de identificar.
- Nade con su hijo(a) todo el tiempo o tenga a un adulto que pueda ayudarle a su hijo(a) en caso que le dé un ataque estando e el agua.
- Siempre avise al salvavidas, independientemente sí usted va a meterse a nadar con su hijo(a) o no.
- Asegúrese que su hijo(a) nade en albercas que estén supervisadas y avise al salvavidas si es que los ataques de su hijo(a) son difíciles de controlar.
- Evite nadar en lugares abiertos como en lagos, ríos o en el mar a menos que su hijo(a) traiga el salvavidas puesto.
- Mantenga a su hijo(a) sentado dentro del barco, no en la borda.
- Su hijo(a) debe de traer puesto el salvavidas cuando ande en una lancha, balsa, o cerca a cualquier lugar en el que haya agua.
- Eviten dejar agua en los baldes (especialmente con los pequeños.)

Seguridad en el baño

- Cuando su hijo(a) esté en la tina usted siempre debe estar presente.
- Su hijo(a) tiene la opción de poder bañarse en regadera manual si usted le enseña (mantenga el desagüe abierto para que no haya agua en la tina.) Cuando su hijo(a) crezca lo suficiente para quererse bañar sólo, puede usar la regadera en vez de la tina.
- Mantenga la puerta del baño todo el tiempo abierta y sin seguro.
- Si su hijo(a) suele caerse durante sus ataques, la regadera manual y una silla para tina que tenga una agarradera podrían ser de ayuda. Las regaderas manuales de hecho funcionan mejor estando sentados.
- Evite que su hijo(a) utilice aparatos eléctricos como las secadoras de pelo, razuradoras, o enchinadoras en el baño o cerca del agua.

Seguridad en el automóvil

Mantenga a su hijo(a) en el asiento de seguridad apropiado:

- Los bebés deben acomodarse dando la espalda hasta que tengan un año y pesen cuando menos 20 libras.
- Los infantes y preescolares mayores de un año y con un peso de 20-40 libras, deben usar un asiento que sea convertible y se ponen de frente
- Los niños(as) de 40 a 80 libras de peso deben utilizar los asientos elevados con cinturón ajustable.
- Los niños(as) mayores de 8 años con una altura mínima de 4'9" y 80 libras, usan el cinturón sobre el hombro y sobre el regazo.
- Cuando su hijo(a) adolescente empiece a estar listo para aprender a manejar, hable con su doctor. Infórmese sobre las reglas para manejar de quienes sufren de ataques o quienes usan medicina para controlar estos ataques.

Seguridad peatonal

- Considere el marcar los lugares que son seguros para que su hijo(a) espere el camión de la escuela. ¿Están marcados?

Seguridad en la bicicleta

También para los patines, patines del diablo, patinetas, esquís y patinetas de nieve:

- Asegúrese que su hijo(a) se ponga su casco todo el tiempo y cualquier otro equipo de protección como rodilleras, muñequeras, coderas para los patines y las patinetas, para los patines del diablo rodilleras y coderas.
- Tiene que supervisar a su hijo(a) si tiene ataques que no están controlados.
- Enseñe a su hijo(a) a que evite las calles con mucho tráfico y a usar los senderos para bicicletas.
- Practique con su hijo(a) el hacer señalamientos con las manos así como las reglas de tránsito y las reglas de seguridad.

Recursos

- Fundación de la Epilepsia, www.efa.org ó 1-800-332-1000.

Notas y Reconocimientos:

- Apoyo de la Fundación Allstate, el Departamento de Salud del Estado de Washington, y el Programa para niños(as) con cuidados especiales de salud.
- Un agradecimiento especial a los padres de familia, a la comunidad y a los proveedores del Hospital que nos proveyeron información y revisión de materiales.
- Adaptado en parte de las Sugerencias para la Prevención y el diagnóstico de heridas relacionadas desarrollada por el Departamento de salud de Ohio, revisado con su permiso por el Centro de niños(as) con necesidades especiales del Hospital y Centro Medico Regional Children's.
- La comunidad en el Hospital Children's y los proveedores de atención a la salud que han revisado este folleto. Sin embargo, las necesidades de su hijo(a) son únicas. Antes de que actúe o dependa de ésta información, consulte con su médico.
- Si tiene comentarios o sugerencias favor de comunicarse con Megan Sety al (206) 987-5310 ó megan.sety@seattlechildrens.org. Tómese la libertad de compartir este folleto con otras familias y proveedores.

Para Mayor información, contacte a:

- Su proveedor de cuidados para la salud
- Children's Resource Line (206) 987-2500 o 1-866-987-2500
Línea gratuita para Washington, Alaska, Montana, o Idaho o <http://www.seattlechildrens.org>
- Center for Children with Special Needs—www.cshcn.org



Center for Children with Special Needs
A Program of

Children's
Hospital & Regional Medical Center
Seattle, Washington

